
УДК: 159.9

Оксана Валеріївна БРУСАКОВА,

доктор юридичних наук, доцент, декан факультету № 6

Харківський національний університет внутрішніх справ, м. Харків, Україна

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8616-0424>

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСІБ СТУДЕНТСЬКОГО ВІКУ

У роботі емоційний інтелект розглянуто як здатність ідентифікувати власні емоції і емоції оточуючих та використовувати цю інформацію для прийняття рішень.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоції, студентський вік, конфлікти, особистість, агресивність, стратегії поведінки.

У психологічній науці вже достатньо давно ведуться пошуки здібностей, які на відміну від традиційного загального інтелекту пов'язані із соціально-емоційною сферою психіки. Провідні фахівці в сфері психології інтелек-

ту, такі як Е. Торндайк, Ч. Спірмен, Д. Векслер, Дж. Гілфорд, стверджували, що люди різняться за здатністю розуміти інших людей і керувати ними. Е. Торндайк висловив припущення щодо існування соціального інтелекту, маючи на увазі при цьому спроможність людини розуміти інших людей.

Поняття «емоційний інтелект» (EQ) в психології з'явилося відносно недавно, і з кожним днем інтерес до нього зростає. І не випадково: численні дослідження, проведені теоретиками і практиками психології, показали, що рівень особистих досягнень людини у великій мірі визначається не класичним показником інтелекту IQ, а емоційними здібностями. Іншими словами, «бути розумним» - зовсім не означає «бути успішним», важливо розбиратися в своїх і чужих емоціях і вміти контролювати їх [1].

Поняття «емоційний інтелект» почали використовувати з 1990 року з подачі американських дослідників Пітера Селовея і Джека Майера. Вони об'єднали в цьому понятті групу ментальних здібностей, які допомагають усвідомити і зрозуміти власні емоції і емоції оточуючих. Активне дослідження цього питання, спроби зрозуміти його природу, способи та цілі розвитку почалося в 1995 році після опублікування книги Денієля Гоулмана «Emotional Intelligence» («Емоційний інтелект»). Автор визначив емоційний інтелект як спосіб, метод і форму спілкування людини із собою і оточуючими [2].

Загальноприйнятого методу для оцінки емоційного інтелекту на сьогодні не існує. Найбільш простий метод - зовнішня оцінка успішності людини. Для суб'єктивної оцінки можна скористатися шкалою емоцій. Так, низька самооцінка, почуття провини і депресії говорить про низький EQ. Людина незадоволена собою і вважає, що нічого не досягла. Коли розуміє частину своїх прихованих мотивів, вчиться керувати своїм станом і часом, намагається мотивувати себе, це покаже на розвинений емоційний інтелект. Про найвищий емоційний інтелект свідчить гармонія, коли людина перестає бути у владі своїх емоцій, а успіх стає логічним наслідком вчинків людини [3].

Вважається, що розвиток емоційного інтелекту в рази підвищує ефективність людини в різних соціальних сферах і здатність відчувати себе щасливою. Думки психологів з приводу можливості розвитку емоційного інтелекту розділилися. Фахівці (включаючи Дж.Мейера) дотримуються позиції, що EQ - це відносно стійка здатність, і «виростити» його неможливо. Але навчання допоможе підвищити емоційну компетентність. Інші вчені (зокрема, Деніель Гоулман) вважають, що емоційний інтелект можна розвивати. Як аргумент вони наводять той факт, що нервові шляхи мозку розвиваються аж до середини життя людини [4].

Не дивлячись на те, що феномен емоційного інтелекту вивчається все більшою кількістю науковців, на даний час все розмаїття теорій і концепцій емоційного інтелекту можна звести до двох основних: до змішаних моделей (R. Bar-On, D. Goleman, R.E. Boyatzis, K.V. Petrides, A. Furnham і ін.) і моделі здібностей (J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso).

Зазначена досить умовна класифікація має під собою широкий пласт наукових дискусій. Значній популяризації поняття «емоційний інтелект» (emotional intelligence) як наукового терміну сприяли Дж. Майер з Нью-хемпширською університету і П. Саловей з Єльського університету,

випустивши спільну статтю під назвою «Емоційний інтелект», яка, за визнанням більшої частини наукового співтовариства, стала першою публікацією власне на цю тему. В опублікованому у 1990-му році огляді йшлося про те, що останні кілька десятиріч років уявлення як про інтелект, так і про емоції докорінно змінилися. В огляді також було представлено авторську теорію емоційного інтелекту. У статті автори апелювали до потенційно суперечливого словосполучення «емоційний інтелект». Вчені запропонували його перше формальне визначення і пояснення пов'язаних з ним навичок. Доповненням до цієї статті була перша шкала здібностей, розроблена для вимірювання певних аспектів емоційного інтелекту. У 1993 році вийшла передова стаття в журналі «Інтелект» [5], яка закликала до серйозних досліджень в цій області.

До змішаної моделі можна віднести уявлення Д. Гоулмана [2] про емоційний інтелект. Цей автор значно популяризував цей конструкт та сприяв його всесвітньому розповсюдженню [1]. За Д. Гоулманом, емоційний інтелект виступає як «здібність людини тлумачити власні емоції й емоції оточуючих з тим, щоб використовувати отриману інформацію для реалізації власних цілей» [1]. До структури ЕІ Д. Гоулман увів набір різноякісних і навіть різноспрямованих параметрів: по-перше, розуміння власних емоцій, цілей і результатів своєї поведінки, і разом з тим розуміння емоцій і поведінки інших людей; по-друге, уміння регулювати свої емоції й поведінку та впливати на поведінку інших людей. Пізніше Д. Гоулман дещо змінює акцент розуміння своєї моделі, трактуючи ЕІ як набір 25 компетенцій, які включають когнітивні й афективні здібності [6]. На наш погляд, таке широке тлумачення є одним з недоліків даної моделі, оскільки свідчить про недостатньо глибокий рівень опрацювання поняттєвого апарату.

Д. Гоулмен [5] значною мірою ототожнював емоційний інтелект з «правильною» соціальною поведінкою. Таким чином в громадській думці емоційний інтелект набував набагато ширшого значення, ніж те, яке було розроблено в науковій літературі. Як писав у 1999 році Дж. Маєйр: «...смісловий зміст поняття емоційний інтелект розширився. Емоційний інтелект зараз визначається дюжиною способів - зазвичай як набір особистісних характеристик, таких як «емпатія, мотивація, наполегливість, щирість і соціальні навички». Доктора П. Саловей, Д. Карузо і я вважаємо ці визначення «змішаними моделями», тому що вони змішують один з одним різні частини особистості. Але давайте будемо чесними по відношенню до цих списків характеристик. Вони містять характеристики, що знаходяться за межами того, що розуміється під термінами «емоція» або «інтелект», або тих висновків, які можна робити на основі словосполучення «емоційний інтелект».

Список бібліографічних посилань

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Москва: АСТ: Астрель, 2011. 478с.
2. Дегтярев А.В. Эмоциональный интеллект: становление понятия в психологии. *Психологическая наука и образование*. 2012. №2. URL: http://psyedu.ru/files/articles/psyedu_ru_2012_2_2912.pdf (дата обращения: 12.07.2019).
3. Изотова Е.И. Закономерности и инварианты эмоционального

развития детей и подростков. Москва: Московский педагогический государственный университет, 2014. 204с.

4. Клименкова Е.Н. Развитие способности к эмпатии в подростковом и юношеском возрастах: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. Москва, 2019. 216 с.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2018. 535 с.
6. Кідалова М.М. Психологічні особливості емоційних бар'єрів у підлітковому віці: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ. 2013. 200 с.

The paper considers emotional intelligence as the ability to identify one's own emotions and the emotions of others and use this information to make decisions.

Key words: *emotional intelligence, emotions, student age, conflicts, personality, aggression, behavioral strategies.*
